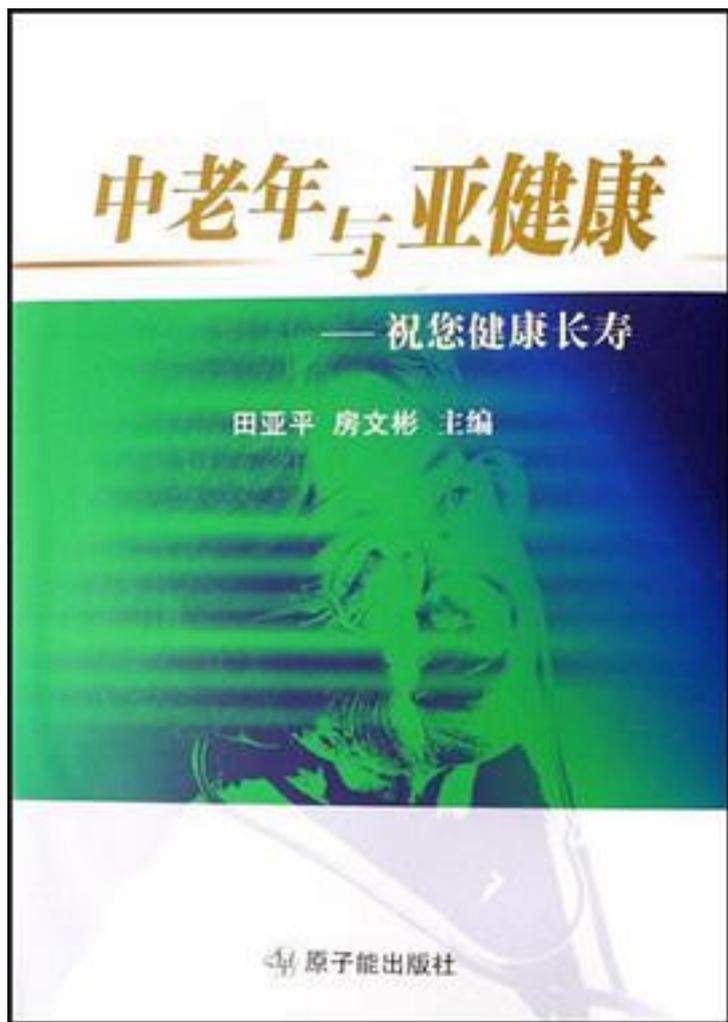


中老年与亚健康



[中老年与亚健康 下载链接1](#)

著者:田亚平

出版者:原子能

出版时间:2007-3

装帧:

isbn:9787502237462

《中老年与亚健康》是二十多位医学专家撰写的一部中老年综合保健图书。全书共分十

九章，全面介绍了人的生命；衰老与抗衰老；生命与运动；争做健康老人；中老年与心脑血管病；中老年与呼吸道疾病；中老年与消化道疾病；老年糖尿病；中老年外科病的诊治；老年人与肛肠病；中老年与肿瘤；中老年妇女保健；中老年与皮肤病；中老年五官保健；中老年与骨关节病损；老年人监护及老年病康复；中老年与六大营养素；中老年与平衡医学；老年病影像诊断与介入治疗等。

作者介绍:

目录: 第一章 人的生命

第一节 人的自然寿命

第二节 影响人的寿命的环境因素

第三节 影响人的寿命的饮食因素

第四节 影响人的寿命的遗传因素

第五节 影响人的寿命的自身因素

第六节 影响人的寿命的经济因素

第七节 影响人的寿命的疾病因素

第八节 延年益寿不是长生不老

第二章 衰老与抗衰老

第一节 当今人类衰老与抗衰老的现状

第二节 人为什么会衰老

第三节 延缓衰老的途径和方法

第四节 延缓衰老的目的和意义

第五节 健康老人的标准与亚健康状态

第六节 延缓衰老的对策和合理的药物治疗

第三章 生命与运动

第一节 生命在于运动的真正意义

第二节 中老年人参加运动锻炼的特殊作用

第三节 中老年人运动锻炼注意事项

第四节 中老年人运动的最佳方式

第五节 体育锻炼与体力劳动

第六节 体育锻炼与老年痴呆

第七节 运动锻炼与自我保护

第四章 争做健康老人

第一节 联合国对年龄划分的新标准

第二节 老龄社会的指标有哪些

第三节 全世界人口趋向老龄化

第四节 我国进入老龄社会的特征

第五节 每个人都应争做健康老人

第五章 中老年人与心脑血管病

第一节 战胜不利环境维护心脑血管功能

第二节 中老年人如何进行心脑血管自我保健

第三节 烟酒对心脑血管疾病的影响

第四节 人的心脑血管与人体位的关系

第五节 人的心脑血管为什么会硬化

第六节 高血压与高血压病

第七节 冠心病的预防和诊治

第八节 脑梗死的诊断和治疗

第九节 脑出血的诊断和治疗问答

第十节 怎样预防脑梗死和脑出血

第十一节 怎样预防脑萎缩

第十二节 老年帕金森病的诊断和治疗

第十三节 老年性痴呆的预防和治疗

第六章	中老年人与呼吸道疾病
第一节	呼吸生理及衰老对呼吸系统的影响
第二节	“老慢支”的由来与防治
第三节	怎样防治肺气肿
第四节	如何早期发现肺癌
第五节	中老年人与支气管哮喘
第六节	痰带血丝切勿轻视
第七节	中老年人为什么易患肺部感染，如何防治
第八节	老年人睡眠中呼吸暂停是怎么回事，如何防治
第九节	老年人常患“感冒”要查清原因及时治疗
第七章	中老年人与消化系统疾病
第一节	老年人吞咽困难有哪些原因
第二节	老年人顽固性呃逆的原因和处理方法
第三节	老年人“烧心”(heartburnt)的原因和诊治
第四节	老年人腹胀的原因和处理方法
第五节	如何防治慢性萎缩性胃炎。
第六节	中老年急性胰腺炎的诊治现状
第七节	中老年人消化道出血的原因及诊治
第八节	老年人腹泻的原因及诊治
第九节	老年人便秘的原因及处理方法
第十节	如何诊断早期肝硬化
第八章	老年糖尿病
第一节	概述
第二节	临床表现
第三节	诊断与分型
第四节	治疗总论
第五节	糖尿病教育
第六节	糖尿病的监测
第七节	饮食疗法
第八节	运动疗法
第九节	心理疗法
第十节	口服降糖药
第十一节	胰岛素疗法
第十二节	中医疗法
第十三节	合并症与并发症
第十四节	糖尿病患者的社会问题
第十五节	预防
第十六节	结束语
第九章	老年外科病的诊治
第一节	老年人外科急腹症的诊治
第二节	老年人重症胆管炎的诊治
第三节	老年人发现患胆囊结石怎么办
第四节	老年人急性胰腺炎的诊治
第五节	老年人阻塞性黄疸的诊治
第六节	老年人下肢血管病变的诊治
第七节	门静脉高压症的诊治
第八节	中老年与阴茎癌
第九节	老年人泌尿系统感染的诊治
第十节	前列腺增生症的诊治
第十一节	前列腺癌的诊治
第十章	老年人与肛肠病
第一节	老年人大肠肛门生理解剖特点
第二节	老年人易患的肛肠疾病
第三节	老年人易发生便秘的原因

第四节 老年人痔疮病的防治
第五节 老年人便血的常见原因
第六节 老年人与大肠癌
第七节 老年人肛周潮湿、瘙痒常见原因
第八节 老年人腹泻常见原因
第九节 老年人肛肠疾病如何预防
第十一章 中老年与肿瘤
第一节 中老年为什么易患恶性肿瘤
第二节 如何早期发现恶性肿瘤
第三节 中老年男性易患的恶性肿瘤
第四节 中老年女性易患的恶性肿瘤
第五节 目前的恶性肿瘤的治疗方法有哪些
第六节 良好的自强心态为什么能抗癌
第七节 为什么对待癌症也要从战略上藐视，战术上重视
第八节 晚期癌症患者的止痛问题
第九节 卵巢肿瘤的诊治
第十节 癌症遗传基因的发掘和意义
第十一节 外科手术在治疗恶性肿瘤中的地位
第十二节 防治肝炎对预防肝癌的意义
第十三节 烟酒与恶性肿瘤的关系
第十四节 体育锻炼与癌症防治
第十五节 饮食与恶性肿瘤的关系
第十二章 中老年妇女保健
第一节 什么是围绝经期综合征？如何治疗和自我调控
第二节 中老年妇女子宫脱垂的原因是什么？有何危害？如何治疗
第三节 中老年性阴道炎如何诊治
第四节 宫颈癌有哪些原因？如何诊治
第五节 绝经后阴道出血有哪些原因？如何诊治
第六节 中老年妇女如何自我检查乳房包块？有何意义
第七节 困扰中老年妇女的乳腺病如何诊治
第八节 中老年妇女乳头溢液或血必须重视
第九节 中老年妇女如何保护秀发
第十节 中老年妇女怎样使青春常驻
第十一节 中老年妇女腰腿痛要注意哪些问题
第十二节 中老年妇女为什么易患骨质疏松症？注意事项有哪些
第十三节 中老年妇女为什么易患贫血和营养不良
第十三章 中老年与皮肤病
第一节 中老年为何易患皮肤瘙痒症？如何防治
第二节 怎样延缓中老年人脱发和白发
第三节 中老年对皮肤肿瘤要提高警惕
第四节 中老年的带状疱疹有何特点？如何治疗
第五节 中老年手足皲裂症的诊治
第六节 常卧床老年人防治褥疮
第七节 早期诊治皮肤恶性肿瘤
第八节 中老年好发的细菌病毒皮肤病
第九节 中老年真菌感染的皮肤病
第十节 中老年与银屑病
第十一节 中老年红斑狼疮的诊治
第十二节 中老年维生素缺乏病
第十三节 中老年如何皮肤保健
第十四章 中老年五官保健
第一节 老年性白内障发展过程需要注意的问题
第二节 急性青光眼的诊治与预防
第三节 突发眼前“飞蚊影”可能有哪些原因？如何治疗

第四节 糖尿病视网膜病变的眼底改变如何治疗与预后
第五节 老年性鼻衄的原因和治疗
第六节 老年性耳鸣如何诊治
第七节 老年性耳聋如何诊治
第八节 老年性眩晕如何诊治
第九节 什么情况下老年人需戴助听器？注意事项有哪些
第十节 何谓老年性阻塞性睡眠呼吸困难综合征(打呼噜)？如何治疗
第十一节 老年人口腔常见病的诊治
第十二节 高血压、心脏病的老年人能拔牙吗
第十三节 牙齿敏感症如何治疗
第十四节 老年人口腔的自我保健
第十五节 中老年人全口义齿的注意事项有哪些
第十五章 中老年与骨关节病损
第一节 中老年骨退行性变与骨关节病损
第二节 骨关节软组织的结构、功能和病损的诊治
第三节 中老年与骨质疏松症
第四节 骨质疏松性骨折和股骨头骨折
第五节 与内分泌有关的老年骨代谢性疾病
第六节 中老年与腰腿痛病
第七节 老年人何为易发生骨关节损伤，如何防治
第八节 老年人与足骨病
第九节 中老年与颈椎病
第十节 老年性肩关节周围炎
第十一节 中老年关节镜的应用
第十二节 中老年与人工关节置换术
第十三节 中老年与股骨头坏死症
第十四节 老年人肌纤维织炎，肌腱、腱鞘、滑液囊疾病
第十六章 老年人的监护及老年病康复
第一节 老年人的心理监护
第二节 老年痴呆症的康复医疗
第三节 如何实行老年偏瘫的康复
第四节 颈椎病的康复医疗
第五节 老年人的肩周炎的康复治疗
第六节 老年人的社区保健问题
第十七章 中老年与六大营养要素
第一节 什么是六大营养要素
第二节 合理饮食最重要
第三节 食疗就是祛病药方
第四节 饮食营养的几个问题
第十八章 中老年与平衡医学
第一节 平衡是宇宙的自然法则
第二节 平衡是医学的理论基础
第三节 平衡是人体健康的基石
第四节 治病必求其平衡
第五节 平衡是人类生死观的基础
第十九章 中老年与影像学诊断及介入治疗
第一节 什么叫影像学？目前影像学诊断技术有哪些
第二节 各种影像诊断技术的优缺点及适应症
第三节 磁共振检查有哪些适应症和优缺点
第四节 血管造影的适应症与注意事项
第五节 老年心脏病介入治疗近况
第六节 老年心脏病在何种情况下应行冠脉搭桥术
第七节 胆道恶性梗阻的介入治疗
第八节 老年性创伤性关节炎放射诊断

- 第九节 老年性脊柱炎及X线特点
- 第十节 老年性骨质疏松X线特征
- 第十一节 什么叫数字减影(DSA)? 有哪些适应症
- 第十二节 辐射造成的人体损伤与其防护
- • • • • [\(收起\)](#)

[中老年与亚健康_下载链接1](#)

标签

评论

[中老年与亚健康_下载链接1](#)

书评

[中老年与亚健康_下载链接1](#)